

## Suppletieadvies Ziekte van Lyme

### Beknopte omschrijving

De ziekte van Lyme wordt veroorzaakt door de *Borrelia burgdorferi*-bacterie. Besmetting vindt vaak plaats na een beet door een besmette teek, maar inmiddels is ook bewezen dat de ziekte seksueel overdraagbaar is en bij zwangere vrouwen via de placenta. Het is een multisysteem-ziekte die zich op elke plaats in het lichaam kan manifesteren en zowel een acute als een chronische fase kent.

Lyme-symptomen zijn zeer uiteenlopend van aard en kunnen variëren van huidklachten (erythema migrans), gewrichtsklachten (Lyme-artritis) en zenuwklachten tot extreme vermoeidheid, depressie en hartklachten. Door de ernstige vermoeidheidsklachten komt het vaak voor dat Lyme-patiënten worden gediagnosticeerd als ME/CVS-patiënten.

Bovendien kunnen teken nog andere potentieel ziekteverwekkende parasieten, virussen en bacteriën bij zich dragen en zo infecties overdragen. Deze zogenaamde co-infecties hebben elk weer hun eigen beloop en symptomen.

Een behandelplan voor de ziekte van Lyme kan op 4 pijlers steunen:

1. Versterking immuunsysteem
2. Darmondersteuning
3. Leverondersteuning en ontgifting
4. Onschadelijk maken *Borrelia*-bacterie

### Nutriënten

#### - Versterking immuunsysteem

Vitamine D <sub>3</sub>	3.000-5.000 IE
Glutathion	250 mg
Echinacea-extract	300-900 mg
Vlierbessenextract	1.000-1.500 mg
Zink	15-30 mg*
Selenium	100-200 µg
Vitamine C	1.000-1.500 mg*

#### - Darmondersteuning

L-glutamine	10-20 gram
Probiotica (Lb. Acidophilus en Bb. Bifidum)	4-20 x 10 <sup>9</sup> kve

#### - Leverondersteuning en ontgifting\*\*

NAC (N-acetylcysteïne)	1.000 mg
Mariadistel-extract (silymarine)	300-450 mg
Curcuma longa-extract	500-1.500 mg
Chlorella	2.000-5.000 mg
Liposomale glutathion	2-5 ml

#### - Onschadelijk maken *Borrelia*-bacterie

#### **Afweerversterking, bestrijding bacteriën, remming ontstekingen**

Andrographis paniculata-extract (andrographolide)	400-800 mg
Kaardeboleextract	400-800 mg

# VitEducatief

## Nutriënten

Kattenklauwextract	500-1.000 mg
Olijfbladextract	500-1.000 mg
Pau d'Arco-extract	500-1.000 mg
MCT (Medium Chain Triglyceride)-olie	15 ml
Oregano-olie	0,2-0,6 ml (200-600 mg)
Vitamine B <sub>3</sub> (niacinamide)	250-500 mg

## Advies dagdosering

## Bevordering afbraak biofilms

Proteolytische enzymen (o.a. papaïne en bromelaïne)	2-3 x daags 20.000 USP
Knoflookextract	500 mg
Stevia-extract	maximaal 300 mg

## - Vermoeidheidsklachten

Co-enzym Q10	100 mg
Ubiquinol (actieve vorm van co-enzym Q10)	50-100 mg
IJzer	27 mg
Vitamine B <sub>12</sub>	1.000 µg
Rhodiola-extract	500-1.000 mg

## Opmerkingen

- \*: Bij langdurig gebruik tevens extra koper suppleren (niet gelijktijdig), aangezien zink en vitamine C de opname van koper kunnen remmen en de uitscheiding kunnen vergroten.
- \*\*: Bij sterke ontgiftiging kan de Jarisch-Herxheimer-reactie optreden: een teveel aan afval en gifstoffen in combinatie met onvoldoende afvoercapaciteit resulteert in klachten als hoofdpijn, spierpijn, uitslag en/of misselijkheid. Soms kan de behandeling worden voortgezet, maar bij ernstige klachten dient deze tijdelijk te worden onderbroken of aangepast.